Le magazine international pour améliorer sa qualité de vie

VIVRE

Vivre à deux
Le couple de demain

Plein air
Les sentinelles du fleuve

Vivre équitablement
Une attitude à développer

CROYEZ-VOUS AU HASARD ?

Entrevue avec Louise Portal

3,50 $

Une publication membre du Réseau Nouvelle Vision du Monde

par Lucie Douville
éditrice

Portrait de Lise Bourbeau

Debout sur la scène, dans une immense salle décorée de chandeliers en cristal, elle explique aux milliers de personnes qui se trouvent devant elle comment trouver la signification de leurs malaises, comment écouter leur corps. Et tout à coup, elle se réveille...

Tout ceci n'était qu'un rêve, mais un rêve qui ressemblait drôlement à la réalité. Plus encore, bien qu'elle n'ait encore jamais donné de conférences à cette époque, ce matin-là elle s'est levée avec une certitude: «C'est ça que je veux faire!» et quand Lise Bourbeau a une idée dans la tête, vous pouvez être assuré qu'elle fera tout ce qui est en son pouvoir pour la matérialiser! *Écoute ton Corps* venait de prendre vie.

Aujourd'hui, 20 ans plus tard, Lise Bourbeau est toujours portée par l'élan de son rêve. Elle est devenue, au fil des ans et des apprentissages, une conférencière de renommée internationale. Elle voyage dans le monde entier, véhiculant partout où elle passe le même message: «Il faut apprendre à se connaître, à s'aimer et à écouter ce que notre corps tente parfois désespérément de nous dire, utilisant à l'ultime limite la maladie pour attirer notre attention.»

Son message fait le tour du monde. On l'entend au Canada, en Europe française, à Moscou, à Zurich, à Tahiti, en Allemagne, en Italie, en Colombie... Elle est présente dans plus de 22 pays. Auteure de quatorze livres, le quinzième est en route. Ses livres ont été traduits dans plus de 11 langues. Son rêve d'il y a 20 ans est bel et bien devenu réalité.

Une négociatrice hors pairs

Tout ceci a commencé, on doit le dire, un peu avant le fameux rêve qui allait bouleverser sa vie. Et pour bien comprendre son histoire, on doit remonter le fil du temps jusqu'à l'époque où toute jeune elle montrait déjà les qualités que seul le chef possède.

Brillante et d'un esprit vif, Lise a toujours su tirer son épingle du jeu. Lorsqu'elle voulait quelque chose, elle planifiait sa demande longtemps d'avance, sachant trouver tous les arguments en sa faveur. Ses raisonnements relevant du gros bon sens, lorsqu'elle plaidait sa cause, elle était tellement bien préparée qu'aucun juriste, si habile fût-il, n'aurait pu gagner contre elle. Elle se faisait de plus le porte-parole pour d'autres afin d'obtenir des faveurs lorsque nécessaire.

Et pour cause, elle excella dans plusieurs domaines. Le talent de négociatrice qu'elle avait développé fit d'elle une vendeuse hors pair. «J'ai toujours été une grosse battante. Je travaillais des 80 à 90 heures semaine. J'adorais mon travail. J'aimais parler avec les gens, les aider à avoir confiance en eux, à se fixer des objectifs et à les atteindre. Je les motivais tout le temps.»

Elle dit avoir rencontré à cette époque plus de 40,000 personnes, de tous âges, de toutes races, de toutes classes sociales. «Comme je suis une observatrice née, je réalisais que plusieurs avaient des problèmes similaires: la santé, le conjoint, les enfants... Je me questionnais aussi à savoir pourquoi les gens ne parlaient que de leurs problèmes. J'espérais rencontrer une personne qui parlerait des belles choses qui lui étaient arrivées, des bons coups qu'elle avait faits.»

Écouter ce qui se passe en dedans

«Un beau jour j'ai décidé de perdre du poids. J'ai suivi une multitude de régimes sans résultats. Un jour je me suis levée avec l'idée d'écrire tout ce que je mangeais. Ce fut la révélation! J'ai réalisé à quel point je n'étais pas à l'écoute de mon corps. Je mangeais parce qu'il était 18 heures et non parce que j'avais faim, je mangeais du poulet pour ne pas le perdre et non parce que j'en avais le goût. J'ai compris que je n'écoutais jamais les besoins réels de mon corps.»

Elle s'est donc mise à écouter son corps et perdit non seulement du poids, mais tous les problèmes physiques qu'elle avait; constipation, maux de dos... Et le fait de se mettre à l'écoute des besoins de son corps dans le domaine de l'alimentation l'amena à écouter son corps dans les autres domaines de sa vie. Elle apprit ainsi à mieux se connaître, à regarder en face les fausses croyances qui empoisonnaient sa vie et celle des autres... Sa vie changea du tout au tout.

De l'observation à la découverte

Elle mit la main à l'époque sur un document de Louise Hay dans lequel elle faisait les associations entre certaines maladies et leur signification. Ce fut le point de départ de sa recherche. «Je me suis mise à m'observer et à observer tous ceux que je côtoyais, faisant des rapprochements de plus en plus clairs. Je comprenais ainsi de mieux en mieux les messages que le corps essaie de transmettre via la maladie; pourquoi tel schème de croyance était associé à tel problème physique et non à tel autre.»

C'est par la suite qu'elle fit son fameux rêve. «À mon réveil c'était clair pour moi. C'est ça que je voulais faire.» C'est ce qu'elle a fait, et elle l'a bien fait!

Oser plonger dans le vide

«À cette époque les gens ont cru que j'étais «disjonctée»... Quitter un emploi qui me permettait de gagner très bien ma vie pour repartir à zéro. C'est là que mon expérience dans la vente m'a été utile. J'avais appris à ne pas lâcher, à persévérer, à utiliser mon audace et mon courage pour défendre mes idées.» Et elle n'a jamais baissé les bras.

Malgré tous les cours qu'elle a suivis, c'est l'observation directe des gens qui lui a le plus servi. «J'ai compris en étudiant des milliers de cas qu'on pourrait résumer toutes les maladies ainsi: les gens ne se connaissent pas, ils ne savent pas comment s'aimer. Ce qu'ils appellent amour est en fait de la possession, ils veulent contrôler l'autre et comme personne ne peut posséder personne, ils se rendent malades.»

«J'ai eu mal au dos durant plus de 20 ans. J'expliquais ce mal de dos par le fait que je ne me sentais pas soutenue par mon mari ni par mes enfants, j'en avais plein le dos. En fait la réalité était que je n'étais pas soutenable. J'étais tellement contrôlante, c'est-à-dire je voulais changer les autres pour qu'ils me plaisent, que personne ne pouvait y arriver. J'ai donc dû changer mon attitude. J'ai compris qu'aimer signifie accepter les autres tels qu'ils sont et qu'ils peuvent m'aimer même si leur comportement ne me plaît pas toujours.. Mon mal de dos est donc disparu quand j'ai pu accepter que les autres fassent des choses à leur manière et que, lorsque je voulais que ce soit fait abso-lument à ma façon, je le faisais moi-même....»

Les ateliers d'ÉCOUTE TON CORPS cet automne

Chicoutimi

21-22/09 «Écoute Ton Corps, niveau un»
23-26/09 «Caractères et blessures» (4 soirs)

Drummondville

9-10/11 «Écoute ton corps, niveau un»

Edmundston, NB

10/10 Conférence
12-13/10 «Écoute ton corps, niveau un»
14-17/10 «Autonomie affective» (4 soirs)
19-20/10 «L'écoute et l'estime de soi»

Laval

21-22/09 «Caractères et Blessures»
5-6/10 «Bien vivre sa sexualité»
12-13/10 «Écoute ton corps, niveau un»
19-20/10 «Malaises et maladies»
2-3/11 «Autonomie affective»
9-10/11 «Écoute ton corps, niveau un»
16-17/11 «L'écoute des autres »
30/11-1/12 «Comment apprivoiser les peurs»
7-8/12 «Écoute ton corps, niveau un»
14-15/12 «Confiance en soi»

Mt-Laurier

25/09 «Écoute Ton Corps, niveau un»
30/10 «Les relations avec les jeunes»
14-15/12 «Caractères et blessures»

Québec

28-29/09 «Écoute Ton Corps, niveau un»
26-27/10 «L'estime et l'écoute de soi»
23-24/11 «Bien vivre sa sexualité»
7-8/12 «Écoute ton corps, niveau un»
14-15/12 «Comment apprivoiser les peurs»

Sherbrooke

28-29/09 «Écoute Ton Corps, niveau un»
16-17/11 «Autonomie affective»

Appelez-nous pour vous inscrire et pour recevoir notre brochure gratuite

514-875-1930 ou 1-800-361-3834
www.ecoutetoncorps.com

Et le hasard dans tout cela ?

Pour Lise Bourbeau, le hasard est un clin d'œil de Dieu. «Si je regarde ma vie avec du recul, c'est comme si un chef d'orchestre avait tout planifié à l'avance: les métiers que j'ai pratiqués, les rencontres que j'ai faites, les défaites que j'ai vécues... Tout ceci faisait partie de mon plan de vie afin que je puisse arriver où je suis aujourd'hui. Si notre façon de penser ou d'agir nuit à la réalisation de notre plan, le hasard va venir essayer de communiquer avec nous, que ce soit en utilisant notre corps, en mettant des personnes sur notre route... On ne tombe pas malade par hasard, la maladie est le résultat de la fausse croyance que l'on porte et des souffrances qui en découlent.»

Pour Lise tout ce qui arrive a une signification et elle fait totalement confiance à la vie. «On perd tellement d'énergie à dramatiser que je préfère utiliser cette énergie pour trouver la solution.»

S'il est vrai que les maladies sont de plus en plus graves, en contrepartie les gens sont de plus en plus prêts à écouter, ils comprennent de plus en plus vite les messages. «Les gens ont tout simplement oublié qui ils sont, qu'ils possèdent en eux tout ce dont ils ont besoin pour se créer une vie riche et heureuse. Mon enseignement se résume en une chose. J'apprends aux gens à se poser des questions pour ensuite écouter les réponses qui montent en eux. C'est ça la clé.»

Bien entourée pour mieux avancer

Aujourd'hui Lise Bourbeau réussit à maintenir l'équilibre dans sa vie, malgré tous les voyages et les nombreuses activités inscrites à son agenda. «Je suis très bien entourée. Jacques, mon conjoint depuis 19 ans, m'accompagne dans tous mes déplacements. C'est mon ange gardien. Nous avons beaucoup de plaisir à voyager ensemble. Nous savons nous créer des espaces de repos malgré les décalages horaires et les longues heures passées dans les aéroports.»

«Au Québec, c'est ma fille Monica qui s'occupe de tout. C'est magnifique de la voir aller. J'ai une confiance aveugle en tout ce qu'elle fait. Son mari s'occupe de ma maison d'édition au niveau international. J'ai des personnes dans mon équipe qui sont avec moi depuis les tout débuts, entre autres, une de mes sœurs, une animatrice ainsi que ma comptable. Tout un tour de force, n'est-ce pas?»

Lise et Jacques

Monica et Jean-Pierre

Que réserve le futur ?

Lise Bourbeau commence à penser à se reposer. Et devinez quoi ? Elle a fait un rêve !...

Dans son rêve elle voyait sa fille Monica développer l'école *Écoute ton corps* aux États-Unis. Elle la voyait également enceinte, accoucher d'une fille qui, à son tour, prenait la relève.

Aujourd'hui Monica a bien un enfant, mais c'est un garçon. Elle ne planifie pour l'instant ni une nouvelle naissance, ni un déménagement aux États-Unis. Elle sait cependant qu'un jour sa mère a fait un rêve où elle se voyait enseigner sur une scène et que ce rêve est devenu réalité... ◆

VIVRE, C'EST...

Aller au-delà de nos rêves !

Je fais tout ce qui est en mon pouvoir pour que mes rêves prennent vie.

Clin d'oeil

Son enfance : 4ème d'une famille de 11 enfants.
Sa famille : elle a 3 enfants (une fille et deux garçons) et 8 petits-fils.
Ses détentes : recevoir ses enfants, ses amis, jouer aux cartes, lire et danser.
Le thème qu'elle préfère enseigner : les blessures intérieures
Son rêve : faire le tour du monde en voilier.

Un million de livres vendus!

C'est le sourire aux lèvres et la fierté au coeur que Lise Bourbeau a appris dernièrement que son rêve initial avait maintenant des racines dans un million de foyers ! Elle peut maintenant dire que ses livres édités en langue française ont trouvé preneurs plus de 1 000 000 de fois. Et ce chiffre ne tient pas compte des livres vendus en langue étrangère. Vraiment, son rêve fait du chemin !